

近年來，由於國際間交流日益頻繁，不但休閒旅遊風氣日盛，也有許多法師出國弘法或禪修，因此每年出國的人數皆呈正成長，加上目前國內引進外勞皆來自東南亞瘧疾地區，造成瘧疾境外移入感染源增加。民國五十四年台灣地區經國際世界衛生組織（WHO）宣布為瘧疾根除地區。許多人誤以為瘧疾已經根除，防瘧工作已無必要。

事實上，全世界每年仍約有兩百五十萬人死於瘧疾感染。因此到瘧疾疫區之國家時則不可不注意如何預防瘧疾的傳染。

什麼是瘧疾

瘧疾是瘧原蟲屬之原蟲經瘧蚊感染到脊椎動物而發生惡寒、顫慄、高燒兼頭痛、噁心及發汗等一連串之週期定型性發作的傳染病；目前在人體所發現的感染型有四種，分別為：熱帶瘧、間日瘧、三日瘧與卵型瘧。

感染瘧疾會有什麼症狀

感染瘧疾的潛伏期約為兩星期，發病初期的症狀為倦怠、頭痛、暈眩及四肢酸痛。延誤治療引起之常見併發症包括貧血、脾臟腫大、肝功能破壞及腎功能衰竭，如為熱帶瘧感染延誤治療可能引起昏睡型瘧疾、腦性瘧疾或肺炎型瘧疾，嚴重者導致死亡。

哪些國家是瘧疾疫區

目前世界衛生組織所公佈的一百五十七個瘧疾疫區國家（地區）多分布於東南亞、非洲以及中南美洲等熱帶及亞熱帶地區。其中以開發中國家居多，根據統計全球每年因罹患瘧疾死亡人數約為三百萬人。台灣地區自民國五十四年經由世界衛生組織宣佈為「瘧疾根除地區」後，近十年來，平均每年發現三十八例境外移入患者，並無本土感染案例。

前往瘧疾疫區禪修旅遊注意事項

法師到熱帶或亞熱帶國家，弘法、禪修或前往經商、探親、觀光的旅客感染瘧疾時有所聞。瘧疾主要是經由瘧蚊叮咬而傳染，會產生發熱、發冷等症狀，四種引起人類瘧疾的瘧原蟲（間日瘧原蟲、熱帶瘧原蟲、三日瘧原蟲、卵形瘧原蟲）中，熱帶瘧原蟲的感染最為嚴重，如延誤治療會有生命危險。為避免旅遊造成不愉快的經驗，因此旅客至瘧疾疫區應注意：

一、孕婦及幼兒儘量避免至疫區旅行。

二、避免蚊蟲叮咬。

- 1.避免在黃昏以後到黎明之間外出。
- 2.晚上外出時，應著長袖、長褲，並避免穿著深色衣物。皮膚上可擦防蚊膏。
- 3.住在有紗門、紗窗且衛生設備良好的房子。

4.睡覺時使用蚊帳。檢查蚊帳是否有破洞，蚊帳內是否有蚊子。可噴殺蟲劑或點蚊香。

三、服用瘧疾預防藥。

- 1.請您瞭解任何藥品都會引起副作用，服用預防瘧疾之藥品亦不例外，非必要時不宜服用。如您前往的國家雖為瘧疾疫區，但是您去的目的地並不是在這個國家內的鄉村或野外地區，則感染瘧疾的可能性很低，可以不必服用預防藥。但是，在非州和印度的城市近郊或市中心也可能感染瘧疾，以服用為宜。
- 2.行政院衛生署疾病管制局及其各分所和各縣市衛生局均有免費提供之氯奎寧(Chloroquine)預防藥。應於出國前一星期開始服用，連續服用至離開瘧疾地區後六星期停止。
- 3.預防對氯奎寧有抗藥性的熱帶瘧原蟲，最常用的預防藥是美爾奎寧(Mefloquine)，請旅客自行持醫師處方購買，詳情可洽各瘧疾預防藥供應站。
- 4.服用預防藥仍有可能受到感染。

四、生病時立即就醫

- 1.進入疫區後，如有不明原因發燒或其他類似感冒症狀，應懷疑為感染瘧疾，並迅速就醫。
- 2.感染後如延誤，可能會致命。在旅行中，甚至離開疫區數年後，如有類似瘧疾症狀發生時，應立即就醫，並且將您的旅行資料告知醫師，以供診斷參考。

五、回國後可到居住地衛生局（所）接受免費瘧疾血片檢查。